

# alimentación pausada

Debido al rápido flujo del biberón, muchos bebés tragan leche cuando se alimentan con biberón. Una "alimentación pausada" es un método que ayuda al bebé a comer más despacio. Mientras que este método puede ser usado para cualquier bebé, es especialmente bueno para bebés que son amamantados o que tienen dificultad respiratoria relacionada con alimentación.



Para comenzar, sostenga al bebé en una posición semi-vertical. Pausar trabaja con cualquier tipo de biberón. Escoja un biberón con una tetilla de flujo lento. Dele cosquillas al labio de arriba del bebé con la tetilla del biberón para que el bebé abra la boca.

Deje que el bebé estire la tetilla del biberón dentro de su boca (no lo force). Sostenga el biberón en una posición horizontal para que la leche llene aproximadamente la mitad de la tetilla del biberón.



Deje que el bebé mame y tome 3-5 veces. (Así que su bebé aprenda a comer mejor, deje que mame y tome más antes de darle un descanso. Esto ayuda a enseñar a los bebés como obtener su propio ritmo. Una vez que haiga dominado la alimentación de biberón, no va hacer necesario seguir este método.)

Sin sacar el biberón de la boca del bebé, incline el biberón hacia abajo para que la leche fluya fuera de la tetilla y el bebé pueda hacer una pausa y respirar.



Cuando el bebé comience a mamar otra vez, incline el biberón a la posición horizontal.

Repita los pasos 3-5. Observe por estas señales que el bebé este lleno:

- voltea la cabeza a un lado
- no abre la boca ansiosamente
- aleja el biberón
- cierra los ojos



Cuando el bebé comienza a mostrar señales que está lleno o no mama otra vez durante uno de los descansos, retire el biberón de la boca del bebé y termine la alimentación.

Para preguntas, contacte a su Profesional de Salud de WIC: